

Pratique de la Relaxation en mobilisation passive

FORMATION BASE

La formation vise à guider des séances individuelles ou de groupes (enfants, adolescents, adultes personnes âgées régressées) dans le cadre d'une cure de relaxation selon la méthode Jean Bergès basée sur le mouvement passif et le training autogène de Schultz. L'expérimentation pour soi, du processus d'élaboration des vécus psycho corporels permet d'identifier et d'utiliser tout le potentiel thérapeutique de la relaxation.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Concevoir les étapes d'une cure de relaxation en séances individuelles ou de groupe
- Connaître les cadres d'intervention
- Acquérir des connaissances théoriques et expérientielles sur la méthode de relaxation en mouvement passifs et les enjeux du toucher sensible
- Accompagner l'émergence des ressentis en s'appuyant sur le cadre psychanalytique

COMPETENCES VISEES

- Etre **apte à structurer** des séances, **construire** les étapes, **adapter** une progression dans les séances
- **Mobiliser** ses connaissances, **sa créativité**, son expérience personnelle et professionnelle pour construire des séances
- **Observer, analyser, recueillir** les éléments pour conduire une réflexion clinique
- Etre capable de **se relier, d'être réceptif** et disponible grâce à la mise en œuvre d'une **écoute active**
- Etre apte à **conduire une démarche réflexive** et identifier les contre-transferts

PROGRAMME

Pratique 65% - Théorie : 25% - Bilan : 10%

- Les bases de la relaxation : définition et spécificités de la méthodologie en étapes du Training autogène de Schultz et de la Relaxation en mobilisation passive
- Les processus physiologiques de la relaxation
- Les mécanismes psychosomatiques chez l'enfant
- Relaxation et Image du corps : les processus de restauration
- Les mécanismes psychologiques en relaxation
- Méthodologie et adaptation au projet de soin et aux pathologies

FORMATEUR : Chantal Removille Vinuesa

DUREE

5 jours (35heures)

EFFECTIF PAR SESSION

8 maximum

PUBLIC *: PERSONNELS MEDICAUX OU PARA MEDICAUX, THERAPEUTES

*Pour les personnes n'appartenant pas à ces professions une lettre de motivation est demandée.

PRE REQUIS

Aucun pré requis n'est exigé pour cette formation

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Pratique et mise en situation
- Echange en groupe, table ronde
- Apports théoriques (documents pédagogiques, prise de notes, bibliographie ...)
- Auto évaluation

DATES

Du 23 Janvier au 27 Janvier 2023

TARIF DE LA FORMATION

Entreprise 1 420 €

Individuel 1 010 €

TARIF INTRA : nous contacter

CONTACT ET INSCRIPTIONS:

contact@institut-relaxation.fr

T : 06 62 27 81 02

www.institut-relaxation.fr/contact

LIEU DE FORMATION

Centre de Thérapies douces

Paris 15^{ème}